

Disponible en <http://www.revph.sld.cu/>



Revista del Hospital Psiquiátrico de La Habana



Volumen 22 | Año 2025 | *Publicación continua*

ISSN: 0138-7103 | RNPS: 2030

Carta al editor

Docencia rural y salud mental: un desafío frente a la precariedad laboral

Rural Teaching and Mental Health: a Challenge in the Face of Job Insecurity

Edwin Gustavo Estrada-Araoz ¹  

¹Universidad Nacional Amazónica de Madre de Dios, Puerto Maldonado. Perú

Recibido: 19/08/2025

Aceptado: 04/09/2025

Editor
Arturo Chi Maimó

Estimada editora:

En la actualidad, los docentes rurales cumplen un papel fundamental en los centros poblados alejados, donde las instituciones educativas representan muchas veces el único espacio para que niños y adolescentes accedan al aprendizaje, fortalezcan su desarrollo personal y encuentren mejores oportunidades de vida.⁽¹⁾ Sin embargo, pese a la relevancia de su rol, enfrentan condiciones de precariedad laboral que repercuten de manera significativa en su salud mental, y la generación un problema poco visibilizado que requiere mayor atención desde las ciencias de la salud y la psiquiatría social.⁽²⁾ Lejos de ser un asunto estrictamente educativo, este problema se caracteriza por ser un fenómeno psicosocial con múltiples consecuencias en el bienestar individual y la calidad de la enseñanza.

En el caso peruano, las condiciones laborales adversas en la docencia rural no se reducen a los bajos salarios. Aunque existen asignaciones económicas adicionales por trabajar en zonas alejadas, estos resultan insuficientes para cubrir los gastos derivados del traslado, la alimentación, el alojamiento o los materiales de enseñanza.⁽³⁾ Esta situación genera inseguridad financiera, sentimientos de desvalorización y preocupación constante. Con el tiempo, estas condiciones alimentan el estrés crónico y la ansiedad, lo que incrementa la vulnerabilidad psicológica de los docentes y debilita su capacidad de afrontar las exigencias cotidianas de la enseñanza en contextos adversos.⁽⁴⁾

A ello se suma el desarraigo familiar: muchos docentes deben separarse de sus hogares por semanas o meses, convivir en soledad y mantener vínculos afectivos a distancia. Esta dinámica deriva en aislamiento social y en una reducción del apoyo familiar y social, que en otros contextos funcionan como protección frente al malestar psicológico.⁽⁵⁾ Dichos factores incrementan el riesgo de síntomas depresivos, trastornos del sueño y sentimientos de frustración, que configuran un cuadro de desgaste emocional difícil de manejar en ausencia de programas de acompañamiento psicosocial.⁽⁶⁾

Las limitaciones en el acceso a servicios básicos representan otro elemento de malestar cotidiano. Muchas escuelas rurales carecen de agua potable, electricidad estable o conectividad, lo que obliga a los docentes a trabajar en condiciones de precariedad material que no solo dificultan el proceso pedagógico, sino que también aumentan la carga psicológica.⁽⁷⁾ La constante improvisación, la impotencia frente a la falta de recursos y el sentimiento de abandono por parte del Ministerio de Educación y sus instancias descentralizadas generan desgaste emocional y disminuyen la satisfacción laboral.⁽⁸⁾ Desde la perspectiva de la salud mental, estas condiciones favorecen la aparición del síndrome de burnout, caracterizado por agotamiento emocional, despersonalización y pérdida de motivación hacia la enseñanza, un fenómeno ampliamente documentado en la literatura educativa y psiquiátrica.⁽⁹⁾

Otro aspecto que impacta negativamente en el estado emocional de los docentes rurales es la limitada oferta de formación continua y actualización profesional. Mientras los docentes urbanos suelen contar con mayores oportunidades de capacitación, quienes trabajan en instituciones educativas rurales enfrentan dificultades logísticas y económicas para acceder a estos espacios.⁽¹⁰⁾ Ello podría generar sentimientos de rezago, inequidad y desventaja profesional, que se acompañan de ansiedad por no sentirse preparados para responder a las crecientes demandas pedagógicas del siglo XXI.⁽¹¹⁾ Además, la percepción de exclusión y el escaso reconocimiento social hacia el rol docente rural refuerzan la sensación de abandono y desvalorización, con intensificación de la carga emocional y su contribución a estados depresivos y ansiosos de manera progresiva.⁽¹²⁾

Las consecuencias de este escenario sobre el equilibrio emocional de los docentes rurales son diversas. La literatura científica ha mostrado consistentemente la presencia de niveles elevados de estrés, ansiedad, depresión y burnout en este grupo, condiciones que no solo afectan su calidad de vida, sino también el clima escolar, así como el proceso de enseñanza.⁽¹³⁾ El bienestar del docente y el del estudiante se encuentra estrechamente vinculado: un docente agotado emocionalmente tiene menor capacidad de empatía, mayor irritabilidad y dificultad para crear las condiciones favorables para el logro de aprendizajes. A esto se suma la alta rotación docente en contextos rurales, producto de las condiciones laborales adversas, que debilita la continuidad pedagógica y amplía las brechas de inequidad educativa entre zonas urbanas y rurales.⁽¹⁴⁾

Es necesario comprender que un contexto laboral precario en la docencia rural constituye un determinante social de la salud mental.⁽¹⁵⁾ Los docentes afrontan múltiples vulnerabilidades que, en su conjunto, configuran un escenario de alto riesgo psicosocial. La suma de bajos ingresos, aislamiento, limitaciones materiales, estudiantes en situación de vulnerabilidad y falta de oportunidades profesionales no puede ser abordada solo desde políticas educativas, sino que requiere también la intervención del sector sanitario, con una visión holística que considere el bienestar de los docentes como un factor central para la justicia social. Desde esta perspectiva, el problema no es únicamente económico o pedagógico, sino eminentemente de salud pública.

En conclusión, la precariedad laboral que enfrentan los docentes rurales es una amenaza constante para su salud mental y, al mismo tiempo, para el derecho de los estudiantes a recibir una educación de calidad. Ignorar esta realidad significa perpetuar un ciclo de preocupación, abandono y desigualdad que impacta tanto en los docentes como en sus estudiantes. Reconocer y atender el bienestar psicológico de dichos profesionales no solo es un acto de reivindicación, sino también una necesidad para construir un magisterio más saludable, unido y con mayores oportunidades de desarrollo.

Referencias bibliográficas

1. Montoya G, Valencia LC, Vargas LV, García JD, Franco JC, Calderón H. Ruralidad, educación rural e identidad profesional de maestras y maestros rurales. *Prax. saber* [Internet]. 2022 [citado 04 Ago 2025];13(34):138-54. Disponible en: https://revistas.uptc.edu.co/index.php/praxis_saber/article/view/13323
2. Maharaj N, Chauke TA. Teachers' challenges in the rural schools in South Africa. *Educational Process Int J* [Internet]. 2025 [citado 07 Ago 2025];16:e2025235. Disponible en: <https://edupij.com/index/arsiv/77/606/teachers-challenges-in-the-rural-schools-in-south-africa>
3. Segovia-Quesada S, Fuster-Guillen D, Ocaña-Fernández Y. Resilience of the teacher in the learning in rural schools in Peru. *Rev Electron Educare* [Internet]. 2020 [citado 10 Ago 2025];24(2):1-26. Disponible en: <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/EDUCARE/article/view/10997>
4. Matabanchoy JM, Paz D, Matabanchoy SM, Jaramillo MA. Estrés laboral en docentes de un centro educativo rural en Pasto. *Rev Iberoam Psicol* [Internet]. 2020 [citado 06 Ago 2025];13(3):19-28. Disponible en: <https://reviberopsicologia.iberro.edu.co/article/view/rip.13302>
5. Wu S, Xu Q, Tian H, Li R, Wu X. The relationship between social support and work engagement of rural teachers: a moderated mediation model. *Front Psychol* [Internet]. 2025 [citado 12 Ago 2025];15:1479097. Disponible en: <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2024.1479097/full>
6. Song Y, Lao CC, Ouyang Z, Lv Y, Gao K, Zhang H, Tao Y. Exploring and comparing central mental health problems between rural primary and secondary school teachers—insight from a large sample symptom network analysis. *Curr Psychol* [Internet]. 2024 [citado 14 Ago 2025];43:33949-62. Disponible en: <https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-024-06923-4>
7. Benancio Reyes GN. La desigualdad educativa en las zonas rurales del Perú. *Rev Arbitr Educ Contemp* [Internet]. 2024 [citado 11 Ago 2025];1(1):42-50. Disponible en: <https://revistas.peruvianscience.org/index.php/raec/article/view/98>
8. Araoz EGE, Ramos NAG. Satisfacción laboral y compromiso organizacional en docentes de la Amazonía peruana. *Educ Form* [Internet]. 2021 [citado 16 Ago



2025];6(1):e3854. Disponible en:

<https://revistas.uece.br/index.php/redufor/article/view/3854>

9. Egúsquiza R, Tineo LE, Palomino E. Síndrome de burnout en docentes rurales en la pandemia del COVID-19. *Psykhé* [Internet]. 2025 [citado 10 Ago 2025];34:1-18. Disponible en: <https://ojs.uc.cl/index.php/psykhe/article/view/45529>
10. Baharuddin B, Burhan B. Urban and rural teacher perspectives on Indonesian educational reform: challenges and policy implications. *Cogent Education* [Internet]. 2025 [citado 06 Ago 2025];12(1):e2497142. Disponible en: <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/2331186X.2025.2497142>
11. Muñoz-Pilozo A, Jiménez-Mejía F, Villalva-Pilozo A, Medina-Castro A. Barreras pedagógicas de los docentes del sector rural en el proceso de enseñanza: revisión sistemática. *CIENCIAMATRIA* [Internet]. 2025 [citado 11 Ago 2025];11(20):173-90. Disponible en: <https://cienciamatriarevista.org.ve/index.php/cm/article/view/1547>
12. Kalam BM, Omkaram S, Murthy PS, Chaudhury S. Assessment of depression, anxiety, stress, and insomnia among government school teachers in the rural catchment areas of Nandyal district: A cross-sectional study. *Ind Psychiatry J* [Internet]. 2024 [citado 05 Ago 2025];33(S1):S77–83. Disponible en: https://journals.lww.com/inpj/fulltext/2024/33001/assessment_of_depression,_anxiety,_stress,_and.13.aspx
13. Rahmi KH. Teachers' mental health and well-being in education: What can be improved for the education system in Indonesia? *Multidiscip Rev* [Internet]. 2024 [citado 15 Ago 2025];7(12):2024301. Disponible en: <https://malque.pub/ojs/index.php/mr/article/view/5220>
14. Ingersoll RM, Tran H. Teacher shortages and turnover in rural schools in the US: An organizational analysis. *Educ Adm Q* [Internet]. 2023 [citado 17 Ago 2025];59(2):396-431. Disponible en: <https://journals.sagepub.com/doi/10.1177/0013161X231159922>
15. Estrada EG. Salud mental en los docentes de instituciones educativas rurales en el contexto de pospandemia. *Rev Bras Educ Campo*. 2023;8:e16034. Disponible en: <https://periodicos.ufnt.edu.br/index.php/campo/article/view/16034>

Conflicto de intereses

Ninguno que declarar

